

Dt

Pools & Sauna

# Special Nights



[www.thermemeran.it](http://www.thermemeran.it)



THERME MERAN  
TERME MERANO

# Pools & Sauna Special Nights 2011/2012

## **Attraktive Specials einmal im Monat**

Von November bis März ist unsere Pool- und Saunalandschaft einmal im Monat bis 24.00 Uhr geöffnet. Ab 20.00 Uhr heißt es, sich bei besonderen Lichtspielen und Kerzenschein zu stimmungsvoller Musik in der Badehalle treiben lassen, köstliche Häppchen und Getränke genießen und bei Spezialaufgüssen in der Saunawelt entspannen. Zudem haben Sie die Möglichkeit, im Wintergarten der Badehalle ein köstliches „Special Night“-Menü zu genießen. Besonderes Highlight in diesem Jahr sind die Übertragungen auf Großbildschirm im Außenbereich der Pools, von Klassik über Komik bis hin zu Musicaldarbietungen.

## **Wärmstens zu empfehlen: die Saunawelt der Therme Meran**

Schwitzen ist gesund – das erkannten die Finnen bereits vor über 2000 Jahren. Saunieren stärkt das Immunsystem und den Kreislauf, entschlackt die Haut, trainiert die Gefäße und macht müde Muskeln wieder munter. Vor allem aber bietet die Sauna Entspannung, Erholung und Abstand vom Alltag. Wählen Sie in der Saunalandschaft der Therme Meran zwischen der klassischen finnischen Sauna, Dampfbad, Sanarium, Caldarium mit Soleinhalation sowie der finnischen Blockhaussauna im Freien.

Zur Abkühlung erwartet Sie – neben verschiedenen Kaltwasser-Becken – auch ein prickelnder Schneeraum: sanft rieseln die Flocken von der Decke und versetzen Sie mitten in die Südtiroler Gletscherwelt... Lassen Sie sich angenehm überraschen und genießen Sie!

Pools & Sauna Special Nights bis 24.00 Uhr  
Spezial-Aufguss mit Peeling um 22:00 Uhr

## **Freitag, 04.11.2011**

Programm in der Sauna: Herbst-Aufguss und Trauben-Peeling  
Programm in der Badehalle: Stummfilm auf Großbildschirm

---

## **Freitag, 02.12.2011**

Programm in der Sauna: Weihnachts-Aufguss und Nelken-Zimt-Peeling  
Programm in der Badehalle: Licht- und Klangreise durch die Adventszeit

---

## **Freitag, 13.01.2012**

Programm in der Sauna: Winter-Aufguss und Marmor-Pulver-Peeling  
Programm in der Badehalle: Classic Night, Konzertübertragung auf Großbildschirm

---

## **Dienstag, 14.02.2012**

Programm in der Sauna: Rosen-Aufguss und Ingwer-Peeling  
Programm in der Badehalle: Valentinstag mit Musicalübertragung auf Großbildschirm

---

## **Freitag, 02.03.2012**

Programm in der Sauna: Suomi-Aufguss mit Birkenklopfmassage  
Programm in der Badehalle: Stummfilm auf Großbildschirm

---

Die Spezialaufgüsse finden in der finnischen Blockhaussauna im Außenbereich statt.

## Sauna Special Nights

Spezial-Aufguss mit Peeling jeden Dienstag um 20:00 Uhr

**November 2011:** Herbst-Aufgüsse

**Dezember 2011:** Weihnachts-Aufgüsse

**Jänner 2012:** Winter-Aufgüsse

**Februar 2012:** Klangschalen-Aufgüsse

**März 2012:** Vital-Aufgüsse

## Alle Aufgusszeiten auf einen Blick

Montag, Dienstag, Mittwoch, Freitag um 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 Uhr

Donnerstag (Damentag) um 14.00, 16.00, 18.00, 20.15 Uhr

Samstag, Sonntag um 12.00, 14.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00 Uhr

## Die Saunabäder im Überblick

### Finnische Sauna

Temperatur: 90-100°C, Luftfeuchtigkeit: 10%

Wirkung: reinigt den Körper von Schlackenstoffen, stärkt das Immunsystem sowie Herz und Kreislauf.

### Dampfbad

Temperatur: 42-45°C, Luftfeuchtigkeit: fast 100%

Wirkung: hilft bei chronisch-rheumatischen Gelenksbeschwerden, Muskelverspannungen, Schnupfen, Husten und fördert die Hautdurchblutung.

### Caldarium mit Soleinhalation

Temperatur: 30°C, Luftfeuchtigkeit: 50%

Wirkung: reinigt Haut und Atemwege, regt den Stoffwechsel an, löst Muskelverspannungen und stärkt das Immunsystem.

### Schneeraum

Temperatur: -12°C

Wirkung: dient hauptsächlich der Abkühlung der Atemwege und der Sauerstoffsättigung der Atemluft. Durch die Schneeeinreibung wird der Körper langsam abgekühlt. Der Kälteschock, welcher nur für kreislaufgesunde Menschen geeignet ist, wird somit vermieden.

### Sanarium (Biosauna)

Temperatur: 60°C, Luftfeuchtigkeit: 45-55%

Wirkung: kreislaufschonend, Blutdruck-normalisierend, regt die Durchblutung an, reinigt Haut und Atemwege, löst Muskelverspannungen, lindert Glieder- und Gelenkschmerzen.

## Eintrittspreise Winter (16. September 2011 - 9. Januar 2012)

### Wochentage

Therme		Therme & Sauna		Fitness & Therme & Sauna
2 Stunden	12 €	2 Stunden	17 €	Tageskarte 30 €
3 Stunden	13 €	3 Stunden	19 €	
Tageskarte	18 €	Tageskarte	24 €	

### Wochenende / Feiertags

Therme		Therme & Sauna		Fitness & Therme & Sauna
2 Stunden	14 €	2 Stunden	19 €	Tageskarte 30 €
3 Stunden	15 €	3 Stunden	21 €	
Tageskarte	20 €	Tageskarte	26 €	

## Öffnungszeiten

Die Therme Meran ist an 365 Tagen im Jahr für Sie geöffnet.

Am 24.12.2011: 9.00 - 13.00 Uhr, am 31.12.2011: 9.00 - 17.00 Uhr

### Pools

Montag bis Sonntag (Badeschluss in der Badehalle 21.40 Uhr) 9.00 - 22.00 Uhr

### Sauna

Textilfreie Zone.

Saunaschluss 21.40 Uhr

Montag bis Freitag (Donnerstag ist Damentag) 13.00 - 22.00 Uhr

Samstag, Sonntag, Feiertage und Ferienzeiten im Winter 9.00 - 22.00 Uhr

(laut Südtiroler Schulkalender)

### Pools & Sauna Special Nights Sonderöffnungszeiten

An folgenden Tagen bis 24.00 Uhr geöffnet (Einlass bis 22.00 Uhr):

4.11.2011, 2.12.2011, 13.1.2012, 14.2.2012, 2.3.2012.

**Sollten Sie länger als geplant bleiben, können Sie den entsprechenden Aufpreis an der Nachzahlkasse am Ausgang bezahlen. Der Thermenaufenthalt kann nicht unterbrochen werden: jedes Ticket ermöglicht einen einzigen Ein- und Ausgang.**

Der Zutritt zu den Pools erfolgt bis 13 Jahren ausschließlich in Begleitung einer volljährigen Person. Saunabereich Zutritt ab 14 Jahren, von 14-18 Jahren ausschließlich in Begleitung einer volljährigen Person. Vom 5.12.2011 bis 8.1.2012 gelten eigene Tarife. Alle Preise beinhalten die Mehrwertsteuer und gelten bis auf Widerruf.



Thermenplatz 9  
39012 Meran - Italien  
T +39 0473 252 000  
info@thermemeran.it

[www.thermemeran.it](http://www.thermemeran.it)